

YANG TO YIN YOGA

MIT NADINE

JEDEN SONNTAG UM 19 UHR

Starte kraftvoll in die Stunde mit einem dynamischen Vinyasa-Flow, der deine Energie ins Fließen bringt, deinen Körper stärkt und dich ins Hier und Jetzt holt. Zum Ende hin geht es in die Ruhe: Mit sanften, tiefen Dehnungen aus dem Yin Yoga kannst du loslassen, entspannen und neue Balance finden.

Für alle Level geeignet, immer sonntags um 19 Uhr im Herz-Yoga.
Melde dich über die Website an oder nutze deine Mitgliedschaft bei Urban Sportsclub oder EGYM Wellpass.

Ich freu mich auf dich!



ADRESSE:

Forstenrieder Allee 181
81476 München

www.muenchen-personal-trainer.com

